

## Constipation الإمساك

### Diagnosis

#### ▪ Definition

Passage of stool < 3 times / week OR Hard stool difficult to pass

معدل التبرز الطبيعي يختلف من شخص لآخر لكنه يتراوح ما بين مرتين يومياً - ٣ مرات أسبوعياً و بعض الأشخاص أقل من كدة لكن متعودين على هذا الوضع و بالتالي لا تعتبر الحالة تعاني من امساك الا اذا لاحظ الشخص نفسه قلة عدد مرات التبرز بالنسبة لطبيعته الشخصية يجب استبعاد *Intestinal obstruction* بال Hx و الفحص قبل بدأ أي علاج

#### ▪ Most common practical causes of constipation

1. Low fiber diet

نظام الأكل لا يحتوي على ألياف

2. Immobility

عدم الحركة كما في كبار السن

3. Hypothyroidism

- اسأل المريض بتنام كثير عن الطبيعي ؟

- شوف النبض هتلاقي Bradycardia

- اطلب تحليل وظائف الغدة الدرقية Free T3, T4, TSH

4. Hypercalcemia

اطلب تحليل كالسيوم Serum Ca

5. Drugs

لازم تسأل بتاخذ علاج لحاجة ؟

أشهر حاجة : أقراص الحديد Iron - أقراص Calcium - Anti-depressants

6. Colo-rectal cancer

إيه الحاجات اللي تخليني أشك في الورم و أحوله ؟

Age > 50 - Bleeding per rectum - Progressive weight loss

7. Irritable bowel syndrome

يتم تشخيصه بعد استبعاد الاسباب المرضية السابقة و يتميز بـ

مغص بيرتاح لما يعمل حمام + انتفاخ + بيزيد مع أكل معين و التوتر العصبي

## To summarize

أي حالة جاية العيادة بتشتكي من الإمساك

١. بتاخذ علاج لأي حاجة ؟
٢. بتنام زيادة عن الطبيعي ؟ + فحص النبض + طلب وظائف غدة درقية
٣. تحليل Serum calcium
٤. بيجيلك مخصص بيرتاح لما تدخل الحمام ؟ التعب بيزيد مع التوتر العصبي ؟

لو كل حاجة كويسة

هتدي لمريض النصائح الخاصة بالأكل + علاج لمدة شهر  
لو مفيش استجابة هتحوله عيادة باطنة

Treatment

## 1. Instructions

١. تناول الأكل الذي يحتوي على كمية كبيرة من الألياف  
الخضروات خصوصاً الخس و الطماطم و الفاصوليا  
الفواكه خصوصاً البرتقال و اليوسفي و الخوخ
  ٢. شرب كمية كبيرة من الماء يومياً
  ٣. شرب كوب من اللبن الرايب يومياً (يعطي نتائج جيدة)
  ٤. دخول الحمام في ميعاد ثابت لمدة ربع - نصف ساعة يومياً (يفضل بعد الافطار)
- حتى يعتاد الجسم على جركة الأمعاء في ميعاد يومي ثابت Behavioral therapy

## 2. Bulking agent

أقراص تعمل على زيادة حجم البراز مما يسهل من عملية مروره  
و يفضل استعماله مع شرب كميات كبيرة من الماء

أقراص الردة Bran tab

100 tab .. 7 LE

قرصين قبل الإفطار مع كوب ماء كبير

(يستخدم أيضاً في التخسيس لأنه يعطي احساس بالشبع)



### 3. Laxatives الملينات

#### ❖ Bulk laxatives

تعمل في خلال ١ - ٣ أيام لذلك تستخدم في الوقاية من الإمساك و الإمساك المزمن  
تعتمد على امتصاص الماء و زيادة حجم البراز و حركة الأمعاء

#### ▪ Plantago & Ispagula

Agiolax packs

12 pack .. 9 LE

Biolax packs

17 pack .. 7 LE

توضع محتويات الكيس في الفم ثم يتم شربها مع كوب ماء مرة واحدة قبل النوم

#### ▪ Polycarbophil (synthetic)

Evaculax caps

20 caps .. 20 LE

: كبسولتين مع كوبين من الماء ١ - ٣ مرات يومياً الكبار

: كبسولة مع كوبين من الماء ١ - ٣ مرات يومياً الأطفال

يجب شرب كمية كبيرة من الماء حتى لا يأتي بنتائج عكسية

لا يعطى مع أدوية أخرى في نفس الوقت لأنه يقلل من امتصاصها

#### ❖ Osmotic laxatives

يعمل في خلال ١ - ٣ أيام و يستخدم عادة في حالات الإمساك المزمن

Lactulose syrup

5.5 LE

Duphalac syrup

6 LE

: ١ - ٣ ملاعق كبيرة ١ - ٣ مرات يومياً الكبار

: ملعقة كبيرة ١ - ٣ مرات يومياً الأطفال أكبر من ٦ سنوات

: ملعقة صغيرة ١ - ٣ مرات يومياً الأطفال أقل من ٦ سنوات

- يمكن زيادة أو خفض الجرعة حسب الحالة و الاستجابة للعلاج
- يمكن شربه مضافاً على ماء أو عصير أو لبن
- آمن للاستخدام أثناء الحمل
- يمكن استخدامه لفترة طويلة بدون مشاكل
- يستخدم في مريض الكبد لعمل حقنة شرجية في حالات الخبوة الكبدية
- حيث يضاف ٢ - ٤ معالق الى محلول ملح و يتم عمل حقنة شرجية
- لا يفضل استخدامه مع مرضى السكر

❖ Saline laxatives

الحقنة الشرجية تعمل في خلال ٣٠ دقيقة و الأكياس تعمل في خلال ٥ ساعات  
مفعولها سريع لذلك تستخدم عادة في الإمساك الحاد  
لا تستخدم في مرضى القلب و الضغط و الكلى و الأطفال

Laxel packs

12 pack .. 3 LE

كيس على نصف كوب ماء صباحاً و مساءً

Enemax enema

3 LE

حقنة شرجية جاهزة تستخدم عند اللزوم

❖ Stimulant laxatives

البوس مفعوله سريع لذلك يستخدم في الإمساك الحاد  
الأقراص مفعولها بطيء لذا تستخدم في الإمساك المزمن  
لا يفضل استخدامها أكثر من أسبوع لأنها تؤدي إلى الإسهال و ادمان المليينات

▪ Senna

Sennalax tab

20 tab .. 2 LE

قرصين قبل النوم أو مرتين يومياً بحد أقصى ٤ أقراص مرتين يومياً

▪ Bisacodyl

Bisadyl tab

30 tab .. 1.5 LE

Abilaxine tab

20 tab .. 1 LE

قرص صباحاً و مساءً

Bisadyl adult &amp; ped. supp

5 supp .. 1.5 LE

Abilaxine adult &amp; ped. supp

5 supp .. 1.5 LE

لبوسة صباحاً و مساءً

▪ Na picosulphate

Picolax drops

2 LE

٥٠ نقطة على نصف كوب ماء قبل النوم لكبار٥ نقط قبل النوم لأطفال أكبر من ٥ سنين٣-١ نقط قبل النوم لأطفال أقل من ٥ سنين

آمن في الحمل و الأطفال



## ❖ Stool softeners

Glycerin adult/pediatric supp

5 supp .. 1.5 LE

لبوسة عند اللزوم

آمن في الحمل و الأطفال

مشاركته : التهاب موضعي في الشرج عند استخدامه بكثرة خصوصاً في الأطفال

### روشتة ل Chronic Constipation in adult

Rx/ Lactulose syrup

ملعقة كبيرة ٣ مرات يومياً

OR

Rx/ Evaculax caps

كبسولتين صباحاً و مساءً مع كوبين من الماء يومياً  
مع كتابة تعليمات الأكل على ظهر الروشتة

### روشتة ل Chronic Constipation in child

Rx/ Lactulose syrup

ملعقة كبيرة صباحاً و مساءً

مع كتابة تعليمات الأكل على ظهر الروشتة

### روشتة ل Acute constipation

(شخص عايز حل سريع للإمساك)

Rx/ Laxel packs

كيس على نصف كوب ماء صباحاً و مساءً

OR

Rx/ Bisadyl adult supp

لبوسة صباحاً و مساءً

مع كتابة تعليمات الأكل على ظهر الروشتة

### في حالات الإمساك الشديد الذي لا يستجيب للملينات العادية

يوجد ملين شهير اسمه **Nassar** tab يستخدم في حالات الإمساك الشديد  
بحب ألا يستخدم أكثر من أسبوع